

### Új rovattal bővül folyóiratunk

Az élet, no meg a szükség hívta életre az egészségrovatot, hiszen egyre több szó esik manapság a magyar társadalom lehangoló egészségi állapotáról, és persze a megannyi nehézséggel küszködő, ezer sebtől vérző egészségügyről is.

Sokat hallottunk az elmúlt időkben egyfelől arról, hogy az államkassza már nem képes lépést tartani az új terápiás eljárások, a megannyi, népbetegségnek számító kór kezelésének, az intézmények fenntartásának növekvő költségeivel, s ezzel párhuzamosan egyre gyakrabban halljuk azt is, hogy az egyén is többet tehetne önmön egészségének megőrzéséért, persze csak akkor, ha tudná, mivel szolgálja azt.

A most induló rovat abban szeretne segíteni, hogy azok az önkormányzati vezetők, tisztségviselők, képviselők, akik a maguk helyén tenni akarnak valamit gondjaikra bízott embertársaik egészségi állapotáért, életminőségének javításáért, megvalósítható ötletekhez, napi gyakorlatra fordítható információkhoz jussanak. A rovat abban is szeretne közreműködni, hogy összeérjenek a civil szerveződésekben munkálkodók és az önkormányzati szakemberek „kezei”, jobbító kezdeményezői.

A rovat a közigazgatásban dolgozókon keresztül szeretné megszólítani a lakosságot is. Az elkövetkező időkben tehát olvashatnak majd követhető (olykor talán nem is pénzügyes, csupán leleményes) kezdeményezésekről, olyan akciókról, amelyeknek célja a lakosság egészségmagatartásának pozitív irányba történő befolyásolása. Szándékaink szerint hírt adunk azon pályázati felhívásokról is, amelyek anyagi hozzájárulással ösztönzik a helyi egészségprogramok megvalósítását.

Ahhoz, hogy valóban jó szolgálattal tehesünk, olvasónknak nemcsak figyelmét, hanem közreműködését is kérjük. Akár e-mailben, akár levélben, akár telefonon jelezzék tehát gondolataikat, osszák meg velünk – és a „hasonló cipőben járókkal” – tapasztalataikat, e szakmai kör érdeklődésére számot tartó gondolataikat.

T. Puskás Ildikó

## Csak egészség legyen!

**Összefogással az egészségért. Az öt- és tízezres települések egészségtervének megírását és megvalósítását támogatja a Béres József által életre hívott Béres Egészség Hungarikum Program, amely azt szeretné elérni, hogy ezek a közösségek változtassanak az egészség-szemléletükön.**

– A Béres név mindenkiben az egészségmegőrzést szolgáló készítmények sorát idézi fel. Sokkal kevesebben tudnak arról, hogy e gondolat nemcsak a Béres Gyógyszergyár termékeinek, hanem egy betegség-megelőzést, életminőség-javulást támogató programjának is a „hívószava”...

– Azért hoztuk létre a Béres Egészség Hungarikum Programot, mert hiszünk benne, hogy fel tudjuk hívni a figyelmet a társadalmi összefogás fontosságára, azaz el tudjuk fogadtatni az emberekkel, hogy az egészségük olyan kincs, amit egy életen át óvniuk kell. Kinek-kinek a maga helyén megvan a felelőssége, akár a saját, akár a családtagjai, akár a tágabb környezete egészségéről legyen szó... Tudatosítani kell mindenkiben, hogy az egészséges életmódnak, táplálkozásnak milyen jelentősége van a betegségek megelőzésében, az életminőség megőrzésében, illetve melyek azok a tényezők, amelyek megrövidítik vagy éppen nehezen élhetővé teszik az életet... A Béres

cég 35 év egészségmegőrző tapasztalatával, kiváló szakemberekkel és anyagi erőforrással szeretne segíteni mindazoknak, akik tenni akarnak azért, hogy népegészségügyi mutatóink javuljanak. Vagyis, hogy egészségesebb nemzeté válhassunk. Nyílt, civil kezdeményezés vagyunk, bárki csatlakozhat hozzánk, aki a saját környezetében tenni szeretne az életminőség javításáért. Az alapítvány első körben az öt-tízezres települések önkormányzataira, civil szervezeteire fókuszál. E közösségeknek ugyanis korlátozottabb lehetőségei és forrásai vannak egészségi állapotuk fenntartására, vagy éppen javítására. Meggyőződésünk, hogy a szemléletváltást éppen a kisközösségek szintjén kell elkezdni.

– *Hogyan segíti mindezt az egészségterv?*

– Az egészségterv olyan, mint egy orvosi kezelési terv, a legfontosabb különbség azonban az, hogy nem az orvos állítja fel a diagnózist és nem ő tervezi meg a terápiát, hanem a település lakói készítik el egy meghatározott időre szóló egészségfejlesztési programot az ott élők egészségi állapotának ismeretében, annak javítása érdekében. Manapság sok szó esik az egyén egészségtudatosságáról, ám kevesebb arról, hogy egy közösségnek is lehet egészség-szemlélete, vannak egészség-szokásai, amelyeket maga a közösség jó irányba is

tud terelni. A Béres Egészség Hungarikum Program ehhez a „jó irányba induláshoz” szeretne segítő kezet nyújtani. A települések lakói, vezetői jelölik meg a fejlesztésre szoruló egészségügyi tennivalókat. Ezt követően tervet dolgoznak ki arra vonatkozólag, hogy milyen konkrét akciókkal kívánják javítani az egészségi állapotukon, életminőségükön.

– *Hogyan ösztönzik a településeket arra, hogy a tervek elkészüljenek és meg is tudjanak valósulni?*

– A Béres Egészség Hungarikum Program ez év áprilisában ingyenes felkészítést biztosított az egészségprogram iránt érdeklődő települések képviselői számára. Minthogy tisztában vagyunk azzal is, hogy a települési egészségtervben foglalt akciók/tennivalók megvalósításához a települési önkormányzatoknak, kisközösségeknek anyagi támogatásra van szükségük, pályázatot hirdetünk egészségfejlesztési tevékenységük segítésére. Az általunk pályázati úton támogatott egészségprogramoknak, egészségfejlesztési, illetve életminőségjavító cselekvési terveknek a közösség igényeit kell kifejezniük és fenntarthatónak (tehát folyamatosnak) kell lenniük. Így a legjobb cselekvési tervekkel pályázók forráshoz juthatnak, amelynek birtokában megvalósíthatják egészség- és életmód-megővással, -javítással kapcsolatos elképzeléseiket 2009-ben. B.O



## Pályázati felhívás

A Béres Egészség Hungarikum Alapítvány pályázati kiírása közösségi egészségterv programhoz

A Béres Egészség Hungarikum Alapítvány pályázatot hirdet olyan, 5–10 ezres lélekszámú települések számára, amelyek a nemzeti egészségmegőrző és betegségmegelőző program részeként elkészítik és megvalósítják a saját egészségtervüket.

Az alapítvány célja, hogy a települések a közösség bevonásán és aktív részvételén alapuló egészségtervet és cselekvési programot készítsenek, amely az adott lakosság egészségének, életminőségének, életfeltételeinek javítását szolgálja.

E program keretében az alapítvány nem kívánja támogatni az egészségügyi ellátás feltételeinek javítását (pl.: orvosi műszerek, eszközök beszerzése) és a szűrési, valamint a betegségek felderítésére, orvosi kezelésére vonatkozó programokat. A támogatás nem adható szociális célokra és állami feladatokra sem.

**A KÖZÖSSÉGI EGÉSZSÉGTERV:** A közösségi egészségterv olyan összetett cselekvési program, amely: a település állapotleírásából, a helyzet-elemzésből indul ki; az egészséges közösségek kialakítását, ezáltal a lakosság életminőségének javítását célozza; kialakításában és megvalósításában a közösség tagjai cselekvően vesznek részt; a programterv nem statikus, hanem időről időre megismételt folyamat.

**A PÁLYÁZAT CÉLJA, HOGY:** javuljon egy adott közösségben élő emberek életminősége; biztosítsa a problémák megoldása során a közösség tagjainak bevonását, beleszólását és aktív közreműködésének lehetőségét; erősítse az egyének és a közösségek autonómiáját, önbizalmát, egyúttal felelősségérzetét is; fenntartható folyamatokat indítson el; a közösség szellemi és anyagi erőforrásainak bevonásával növelje az egészségterv állapotleírásából, és az arra támaszkodó elemzésből meghatározható problémák belátható időn belüli megoldásának esélyeit.

**A PÁLYÁZÓK KÖRE:** A település képviselőjében pályázhat önkormányzat, önkormányzati működtetésű intézmény, Magyarországon bejegyzett civil szervezet, közhasznú társaság, egyházi és egyházi működtetésű intézmény, amely legfeljebb 5000–10 000 lakosságszámú településen tevékenykedik. Egy települést egy pályázó szervezet képviselhet.

**A PÁLYÁZAT BEADÁSI HATÁRIDEJE:** 2008. szeptember 30.

**A PROGRAMOK MEGVALÓSÍTÁSÁNAK IDŐSZAKA:** 2009. január 1–2009. december 31.

**EGY PÁLYÁZÓ ÁLTAL ELYNYERHETŐ TÁMOGATÁSI ÖSSZEG:** maximum 2 millió forint

A jelen pályázatra benyújtott valamennyi program támogatási igényéhez a pályázónak nem kell pénzügyi önrészt felmutatnia. A természetbeni önrészt, amely a program megvalósításához szük-

séges összeg 30%-a, a helyi közösségek által felajánlott önkéntes munkaként vagy egyéb felajánlásként forintosított értékben kérjük megadni.

**A PÁLYÁZATON IGÉNYELHETŐ TÁMOGATÁS FORMÁJA:** A pályázati támogatás a nyertes települések részére előfinanszírozott. Szerződészerű teljesítés esetén a támogatás vissza nem térítendő.

**A PÁLYÁZAT ELBÍRÁLÁSA:** A pályázatról független szakértői grémium javaslatára az alapítvány kuratóriuma dönt 2008. november 15-éig. A kuratóriumi döntéssel szemben fellebbezési lehetőség nincs.

**HIÁNYPÓTLÁSI LEHETŐSÉG:** A pályázatok benyújtására nyitva álló határidő lejártát követően hiánypótlásra nincs lehetőség.

**A hiánytalan pályázati dokumentációhoz szükséges:** részletes egészségterv (állapotleírás, az erre támaszkodó helyzetértékelés, problématerkép; stratégia; cselekvési program(ok) a célcsoport(ok) feltüntetésével, a program(ok) tartalmának leírásával, részletes ütemezéssel és költségvetéssel, a várható eredmények, hatások feltüntetésével, e hatások mérésének mutatóival (indikátorok), a fenntarthatóság bizonyításával, valamint az egyes cselekvési programok megvalósításban részt vevő szervezet(ek) feltüntetésével. Ezeket cselekvési programonként kérjük átlátható, táblázatos formában összefoglalni.) hiánytalanul kitöltött pályázati adatlap; pályázati kérdőív.

A pályázat benyújtásakor nem szükséges hivatalos szervezeti dokumentumot, igazolást csatolni. Ezeket a dokumentumokat a szerződéskötéshez kell majd benyújtani.

A pályázati dokumentációhoz szükséges kitöltendő pályázati adatlapot és kérdőívet a [www.beh.hu](http://www.beh.hu) oldalról kérjük letölteni!

Két, változatlan példányban elkészített, oldalanként szignózott Pályázati Dokumentációt postai úton a Béres Egészség Hungarikum Alapítvány 1137 Budapest, Mikoviny u. 2–4. levelezési címére (a pályázat határidőben történő benyújtását ez esetben a postai keletbélyegző igazolja) kell eljuttatni 2008. szeptember 30-án éjfélig; egy, szignózatlan, ám a postán elküldöttel megegyező Pályázati Dokumentációt pedig elektronikus úton kell egyidejűleg továbbítani az [info@beh.hu](mailto:info@beh.hu) e-mail címre.

A pályázat elő- és elkészítéséhez segítséget nyújtanak a [www.beh.hu](http://www.beh.hu) honlapon megtalálható szakmai anyagok, valamint a pályázati felhívás megjelenésének napjától (2008. május 15.) a benyújtási határidőig (2008. szeptember 30.-áig) az alapítvány munkatársai, akik keddi és szerdai napokon 9–17 óra között a 06 -72-510-829 telefonszámon, illetve a [fact@sfact.hu](mailto:fact@sfact.hu) e-mail címen várják a pályázattal kapcsolatos kérdéseket.

**VÁRHATÓ SZERZŐDÉSKÖTÉS:** 2008. december.

A pályázat elkészítéséhez sok sikert kíván

Dr. Béres József

a Béres Egészség Hungarikum Alapítvány alapítója

## A helyzet rossz, de talán nem reménytelen!

Az EgészségPorta Egyesület és az Állami Népegészségügyi és Tisztiorvosi Szolgálat nemrégiben tanácskozáson ismertette annak a 2007 októbere és decembere között végzett felmérésnek az adatait, amely jól tükrözi a magyar lakosság pillanatnyi egészségtudatosságát és egészségi állapotát.



Mint dr. Bényi Mária, az ÁNTSZ Országos Szakfelügyeleti Módszertani Központ osztályvezetője – a kutatás szakmai koordinátora – mondja: a felmérésben nyolc, a monitorozására önként vállalkozó kistérség (Tamási, Szuhavölgye, Pannonhalma, Palotás, Csongódi, Aszód, Tiszavasvári, valamint Gyula) 4400 lakosa vett részt. A kutatás külön érdekessége, hogy a kezdeményezés az abban részt vevő kistérségek önkormányzati vezetőitől indult ki, amire ez idáig hazánkban nem volt példa.

A felmérés a fent felsorolt nyolc kistérség felnőtt lakosságának egészségmagatartását, a dohányzási, alkoholfogyasztási és táplálkozási szokásait, a testmozgás gyakoriságát és a testtömegindexét (BMI) is görcső alá vette, ám elsősorban, a ma már Magyarországon (is) népbetegség-

nek számító krónikus betegségek előfordulásának gyakoriságát vizsgálta az életmód és az egészségtudatos magatartás összefüggésében. Ennek az egészségi állapot-felmérésnek a tanúságai megegyeznek a népegészségügyi mutatók adataival. A válaszadók körében ugyanazok a krónikus betegségek (magasvérnyomás, allergia és asztma, 2-es típusú cukorbetegség, magas koleszterinszint, szorongásos betegségek – pl. a főként nőket érintő depresszió) állnak a „vezető helyen”, mint a magyar lakosság egészében.

A „nyolcak” egészségtérképének „megrajzolásakor” az is kiderült, hogy a megkérdezettek saját egészségi állapotának ismerete legalább annyi kívánnivalót hagy maga után, mint az országos „átlag” népességé.

Ez utóbbi tény igazolja azokat az adatokat, melyek sze-

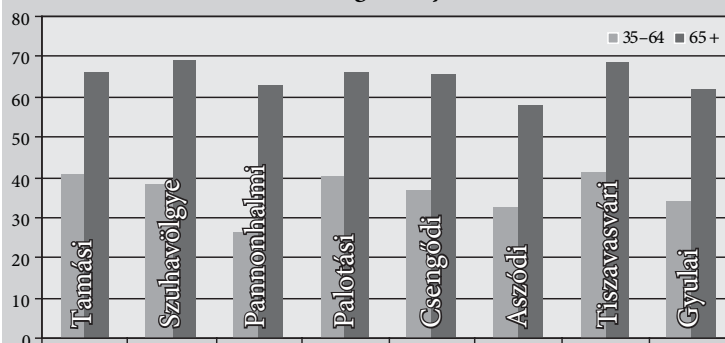
rint a vizsgált települések lakosainak nagyjából egy-egyede a vizsgálatot megelőző egy évben nem járt a házi orvosánál, ötven százalékuk fogorvosnál sem. A kistérségeken élő nőknek mintegy negyede nem él az ingyenes emlő- és méhnyakrák-szűrés lehetőségével, elsősorban időhiányra hivatkozva. Bényi Mária úgy véli, ez utóbbiért nem csak az egyén okolható, a „magyarázatok” inkább azt jelzik, hogy a szervezett szűrővizsgálatok rossz időben és olykor csak sok utazással elérhető helyen vannak.

Bár a felmérés csupán 200 ezer embert érint, sok vonatkozásban tükrözi az ország lakosságának egészségi állapotát, illetve a népességnek az egészséghez való viszonyát.

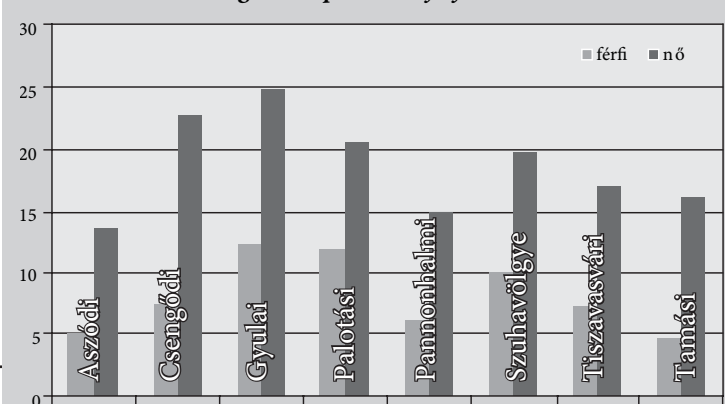
Az utóbbi 10 évben egyre növekszik a fiatal dohányosok száma. A tízen- és huszonevűek mára „lekörözték” a 35 évnél idősebb korosztályt is. A kutatás bebizonyította: minden tizedik magyar ember napi rendszerességgel fogyaszt alkoholt. A helytelen, egészségtelen táplálkozás is jellemző. A fiatal férfiak 80 százaléka egyáltalán nem törődik az egészségtudatos táplálkozással. A lakosság 35 százalékának magas a vérnyomása, az időseknél ennek csaknem duplája az arány.

A vizsgálatot végző szakemberek minden kistérségről 25 oldalas elemzést készítettek, és – a könnyebb érthetőség kedvéért – a tanulmányok első oldalán, pontokba szedve kiemelték a kutatott kistérség legjelentősebb/

Magasvérnyomás



Szorongás és depresszió a férfiak és nők között



legjellemzőbb egészségügyi problémáit, illetve javaslatokat tettek azok megoldására. A „folytatáshoz” a helyi egészségtervek elkészítéséhez nyújtanak segítséget, illetve a másutt már jól „működő” egészségprogramokat szeretnék a helyi önkormányzatok, civil közösségek figyelmébe ajánlani. Ezek a mozgáshetőségek megteremtésétől (nyitott tornaterem akciók, sportpályák, bicikliutak), a szív- és érrendszeri halálozás megelőzésében fontos szerepet betöltő vérnyomásklubok létrehozásán át, az óvodai, iskolai mentálhigiénés programokig bármilyen egészségmodell kidolgozásáig „terjedhetnek”. Az érintett települések tehát a saját egészségter-

képük ismeretében válogathatnak a lakosság egészségi állapotának javítását segítő cselekvési lehetőségek közül – magyarázza az ÁNTSZ OSZMK osztályvezetője.

A nyolc kistérség most elkészült „egészségtérképe” alapján az EgészségPorta Egyesület és magának az ÁNTSZ Országos Szakfelügyeleti és Módszertani Központjának munkatársai is segítenek az érintett kistérségeknek, illetve azok önkormányzatainak a primer és szekunder prevenció legjobb formáinak, legjobb „gyakorlatának” kidolgozásában, illetve az ott élők egészségi állapotának, életminőségének javítását célzó pályázatok elkészítésében.

T. P. I.

■ **Bővülhet a szociálisan ellátottak köre Újbudán.** Újbuda önkormányzati testülete új támogatásokat is bevezetett ez év májusában. Így lehetőség van a gyermekeknek utazási támogatás megállapítására, a szociális ellátórendszer bővítésére, célzottságának és hozzáférhetőségének továbbfejlesztésére is. Ennek érdekében módosította Újbuda képviselő-testülete a szociális rendeletét.

E változtatások teszik lehetővé a rendszeres gyógyszer-támogatás új szempontok szerinti megállapítását is. Amennyiben a háziorvos által igazolt gyógyszerköltség viselése aránytalan megterhelést jelent a kérelmező jövedelméhez képest, az önkormányzat havi ezer és négyezer forint közötti összegben járul a gyógyszerköltségekhez. Emellett, változatlanul, alanyi jogon juthat (január, március és november hónapban) 4000 forint összegű gyógyszer-támogatáshoz a jogosult, a hetvenötödik életévét betöltött kérelmező.

A közgyógyellátásra, a hetvenötödik életévét betöltött kérelmező, függetlenül attól, hogy egyedülálló vagy sem, a nyugdíjminimum háromszáz százalékaig terjedő egy főre jutó havi nettó jövedelemig jogosult a továbbiakban. (Forrás: NSZ)

■ **Országos turné – Veszprémtől Szegedig.** A „Gondolkodj Egészségesen!” Alapítvány, Családi Nap elnevezéssel, országos turné keretében több vidéki helyszínre is ellátogat. Veszprém, Budapest, Csemő és Szentés után, június 7-én Devecseren, késő ősszel pedig Szegeden ismerhetik meg a gyermekek játékos formában, hogyan lehet egészségesen élni.

További információ: [ww.gondolkodjegeszsegesen.hu](http://ww.gondolkodjegeszsegesen.hu)

## Pályázati felhívás

Segíthetek?

MOL Gyermekgyógyító program 2008



**A PÁLYÁZAT CÉLJA:** a MOL Új Európa Alapítványa pályázatot hirdet élmény- és művészetterápiás programok támogatására krónikus betegségben szenvedő vagy súlyos betegségből lábadozó gyerekek pszichoszociális rehabilitációja érdekében.

**A TÁMOGATHATÓ PROGRAMOK TÍPUSAI:** művészetterápiás programok: vizuális eszközök, zene, mozgás segítségével történő, önkifejező, alkotó, kreatív, egyéni vagy csoportos foglalkozások, amelyek segítséget nyújtanak a betegség lélektani hátterének megállapításában, a problémák feldolgozásában, a személyiség egészségesebbé válásában, környezetével való kapcsolatának rendezésében; Élményterápiás programok: a személyes pozitív élményeken, tapasztalatokon, befogadáson keresztül segítik a fenti célok elérését.

**A PÁLYÁZAT CÉLCSOPORTJA:** a krónikus betegségben szenvedő, súlyos betegségből lábadozó vagy azzal tartósan együtt élő (például vérképzőrendszeri, daganatos, légzőszervi, emésztőrendszeri, hormonális, mozgásszervi, pszichiátriai betegséggel vagy egyéb fogyatékossgal élő) gyerekek.

**PÁLYÁZATOT NYÚJTHATNAK BE:** azon nonprofit szervezetek, amelyek alapító okiratukban meghatározott és a pályázati célhoz kapcsolódó tevékenységüket legalább 2 éve aktívan folytatják: civil szervezetek (alapítványok, egyesületek, szövetségek); közhasznú társaságok; egyházi szervezetek.

Kérjük, hogy a gyermek-egészségügyi intézmények esetében ne maga az intézmény, hanem a vele kapcsolatban álló alapítvány vagy egyéb közhasznú szervezet pályázzon.

**NEM PÁLYÁZHATNAK:** nem bejegyzett szervezetek, magánszemélyek, pártok, szakszervezetek, vállalkozások.

**AZ ELYNERHETŐ TÁMOGATÁS:** támogatás igényelhető a tervezett programmal kapcsolatban felmerülő valamennyi (program költségek, anyagköltségek, megbízási díjak vagy bér jellegű kiadások, kommunikációs költségek, szállítási vagy utazási költségek, szállás, étkezési stb.) költségre.

Az elnyerhető támogatás vissza nem térítendő hozzájárulás.

A pályázati felhívás és az űrlap letölthető: [www.ujeuropaalapitvany.hu](http://www.ujeuropaalapitvany.hu), [www.mol.hu](http://www.mol.hu)

**TOVÁBBI INFORMÁCIÓ KÉRHETŐ:** [info@ujeuropaalapitvany.hu](mailto:info@ujeuropaalapitvany.hu)

**INFOVONAL:** (06 40) 180 280 (munkaidőben)

A pályázatok kezelésének és feldolgozásának folyamatával kapcsolatos egyéb tudnivalókat az érdeklődők a Pályázati Kézikönyvből ismerhetik meg, amely letölthető az internetről.

A rovarot T. Puskás Ildikó szerkesztette.